

(1) 病院

病院での食事は医療の一環として提供されるべきものであり、それぞれ患者の病状に応じて必要とする栄養量が与えられ、食事の質の向上と患者サービスの改善をめざして行われるべきものです。

留意事項

- ▶ 入院時食事療養費に係る食事療養及び入院時生活療養費に係る生活療養の実施上の留意事項について（抜粋）

- ・食事の提供に関する業務は保険医療機関自らが行うことが望ましいが、保険医療機関の管理者が業務遂行上必要な注意を果たし得るような体制と契約内容により、食事療養の質が確保される場合には、保険医療機関の最終的責任の下で第三者に委託することができる。
- ・患者への食事提供については病棟関連部門と食事療養部門との連絡が十分とられていることが必要である。
- ・入院患者の栄養補給量は、本来、性、年齢、体位、身体活動レベル、病状等によって個々に適正量が算定されるべき性質のものである。従って、一般食を提供している患者の栄養補給量についても、患者個々に算定された医師の食事箋による栄養補給量又は栄養管理計画に基づく栄養補給量を用いることを原則とするが、これらによらない場合には、次により算定するものとする。
 - ア 一般食患者の推定エネルギー必要量及び栄養素（脂質、たんぱく質、ビタミンA、ビタミンB₁、ビタミンB₂、ビタミンC、カルシウム、鉄、ナトリウム（食塩）及び食物繊維）の食事摂取基準については、健康増進法（平成14年法律第103号）第16条の2に基づき定められた食事摂取基準の数値を適切に用いるものとする。
 - イ アに示した食事摂取基準についてはあくまでも献立作成の目安であるが、食事の提供に際しては、病状、身体活動レベル、アレルギー等個々の患者の特性について十分考慮すること。
- ・調理方法、味付け、盛り付け、配膳等について患者の嗜好を配慮した食事が提供されており、嗜好品以外の飲食物の摂取（補食）は原則として認められないこと。なお、果物類、菓子類等病状に影響しない程度の嗜好品を適量摂取することは差し支えないこと。
- ・当該保険医療機関における療養の実態、当該地域における日常生活サイクル、患者の希望等を総合的に勘案し、適切な時刻に食事提供が行われていること。
- ・適切な温度の食事が提供されていること。
- ・食事療養に伴う衛生は、医療法及び医療法施行規則の基準並びに食品衛生法（昭和22年法律第233号）に定める基準以上のものであること。
- ・食事療養の内容については、当該保険医療機関の医師を含む会議において検討が加えられていること。
- ・入院時食事療養及び入院時生活療養の食事の提供たる療養は1食単位で評価するものであることから、食事提供数は、入院患者ごとに実際に提供された食数を記録していること。

【参考】

- ◆ 入院時食事療養及び入院時生活療養の食事の提供たる療養の基準等に係る届出に関する手続きの取扱いについて（令和6年3月5日付け保医発0305第13号）
- ◆ 入院時食事療養費に係る食事療養及び入院時生活療養費に係る生活療養の実施上の留意事項について（令和6年3月5日付け保医発0305第14号）

(2) 介護保険施設

入所者の栄養状態、身体の状況並びに病状及び嗜好を定期的に把握し、それに基づいた計画的な食事（適切な給与栄養目標量）の提供により、低栄養を予防し、要介護状態の軽減、悪化防止、生活機能の維持・改善を図ることが必要です。

介護老人保健施設

留意事項

- ▶ 大阪府介護老人保健施設の人員、施設及び設備並びに運営に関する基準を定める条例

（食事）第22条

介護老人保健施設は、栄養並びに入所者の身体の状況、病状及び嗜好を考慮した食事を適切な時間に提供するとともに、入所者の自立の支援に配慮し、可能な限り離床して食堂で食事することを支援しなければならない。

▶ 介護老人保健施設の人員、施設及び設備並びに運営に関する基準について

第4 運営に関する基準 19 食事の提供（基準省令第19条）

(1) 食事の提供について

個々の入所者の栄養状態に応じて、摂食・嚥下機能及び食形態にも配慮した栄養管理を行うとともに、入所者の栄養状態、身体の状態並びに病状及び嗜好を定期的に把握し、それに基づき計画的な食事の提供を行うこと。また、入所者の自立の支援に配慮し、できるだけ離床して食堂で行われるよう努めなければならないこと。

(2) 調理について

調理は、あらかじめ作成された献立に従って行うとともに、その実施状況を明らかにしておくこと。

(3) 適時の食事の提供について

食事時間は適切なものとし、夕食時間は午後6時以降とすることが望ましいが、早くても午後5時以降とすること。

(4) 食事の提供に関する業務の委託について

食事の提供に関する業務は介護老人保健施設自らが行うことが望ましいが、栄養管理、調理管理、材料管理、施設等管理、業務管理、衛生管理、労働衛生管理について施設自らが行う等、当該施設の管理者が業務遂行上必要な注意を果たし得るような体制と契約内容により、食事サービスの質が確保される場合には、当該施設の最終的責任の下で第三者に委託することができること。

(5) 療養室関係部門と食事関係部門との連携について

食事提供については、入所者の嚥下や咀嚼の状況、食欲など心身の状態等を当該入所者の食事に的確に反映させるために、療養室関係部門と食事関係部門との連絡が十分とられていることが必要であること。

(6) 栄養食事相談

入所者に対しては適切な栄養食事相談を行う必要があること。

(7) 食事内容の検討について

食事内容については、当該施設の医師又は栄養士若しくは管理栄養士を含む会議において検討が加えられなければならないこと。

指定介護老人福祉施設

留意事項

▶ 大阪府指定介護老人福祉施設の人員、設備及び運営に関する基準を定める条例

（食事）第19条

指定介護老人福祉施設は、栄養並びに入所者の心身の状態及び嗜好を考慮した食事を、適切な時間に提供するとともに、入所者が可能な限り離床して、食堂で食事をすることを支援しなければならない。

▶ 指定介護老人福祉施設の人員、設備及び運営に関する基準について

第4 運営に関する基準 13 食事の提供（基準省令第14条）

(1) 食事の提供について

入所者ごとの栄養状態を定期的に把握し、個々の入所者の栄養状態に応じた栄養管理を行うとともに、摂食・嚥下機能その他の入所者の身体の状態や、食形態、嗜好等にも配慮した適切な栄養量及び内容とすること。また、入所者の自立の支援に配慮し、できるだけ離床して食堂で行われるよう努めなければならないこと。

(2) 調理について

調理は、あらかじめ作成された献立に従って行うとともに、その実施状況を明らかにしておくこと。また、病弱者に対する献立については、必要に応じ、医師の指導を受けること。

(3) 適時の食事の提供について

食事時間は適切なものとし、夕食時間は午後6時以降とすることが望ましいが、早くても午後5時以降とすること。

(4) 食事の提供に関する業務の委託について

食事の提供に関する業務は指定介護老人福祉施設自らが行うことが望ましいが、栄養管理、調理管理、材料管理、施設等管理、業務管理、衛生管理、労働衛生管理について施設自らが行う等、当該施設の管理者が業務遂行上必要な注意を果たし得るような体制と契約内容により、食事サービスの質が確保される場合には、当該施設の最終的責任の下で第三者に委託することができること。

(5) 居室関係部門と食事関係部門との連携について

食事提供については、入所者の嚥下や咀嚼の状況、食欲など心身の状態等を当該入所者の食事に的確に反映させるために、居室関係部門と食事関係部門との連絡が十分とられていることが必要であること。

(6) 栄養食事相談

入所者に対しては適切な栄養食事相談を行う必要があること。

(7) 食事内容の検討について

食事内容については、当該施設の医師又は栄養士若しくは管理栄養士（入所定員が40人を超えない指定介護老人福祉施設であって、栄養士又は管理栄養士を配置していない施設においては連携を図っている他の社会福祉施設等の栄養士又は管理栄養士）を含む会議において検討が加えられなければならないこと。

【参考】

- ◆ 指定施設サービス等に要する費用の額の算定に関する基準
(平成12年厚生省告示第21号)
- ◆ 大阪府指定介護老人福祉施設の人員、設備及び運営に関する基準を定める条例
(平成24年11月1日 大阪府条例第117号)
- ◆ 大阪府介護老人保健施設の人員、施設及び設備並びに運営に関する基準を定める条例
(平成24年11月1日 大阪府条例第118号)
- ◆ 指定介護老人福祉施設の人員、設備及び運営に関する基準について
(平成12年3月17日付け老企第43号)
- ◆ 介護老人保健施設の人員、施設及び設備並びに運営に関する基準について
(平成12年3月17日付け老企第44号)

(3) 児童福祉施設

児童福祉施設における食事の提供及び栄養管理は、子どもの健やかな発育・発達を目指し、子どもの食事・食生活を支援していくという視点が大切です。あわせて、食事の提供と食育を一体的な取組みとして栄養管理を行っていくことが重要です。

留意事項

▶ 児童福祉施設における「食事摂取基準」を活用した食事計画について

- ・子どもの性、年齢、発育・発達状況、栄養状態、生活状況等を把握・評価し、提供することが適当なエネルギー及び栄養素の量（以下「給与栄養量」という。）の目標を設定するよう努めること。なお、給与栄養量の目標は、子どもの発育・発達状況、栄養状態等の状況を踏まえ、定期的に見直すように努めること。
- ・エネルギー摂取量の計画に当たっては、参考として示される推定エネルギー必要量を用いても差し支えないが、健全な発育・発達を促すために必要なエネルギー量を摂取することが基本となることから、定期的に身長及び体重を計測し、成長曲線に照らし合わせるなど、個々人の成長の程度を観察し、評価すること。
- ・たんぱく質、脂質、炭水化物の総エネルギーに占める割合（エネルギー産生栄養素バランス）については、三大栄養素が適正な割合によって構成されることが求められることから、たんぱく質については13%-20%、脂質については20%-30%、炭水化物については50%-65%の範囲を目安とすること。
- ・1日のうち特定の食事（例えば昼食）を提供する場合は、対象となる子どもの生活状況や栄養摂取状況を把握、評価した上で、1日全体の食事に占める特定の食事から摂取することが適当とされる給与栄養量の割合を勘案し、その目標を設定するよう努めること。
- ・給与栄養量が確保できるように、献立作成を行うこと。
- ・献立作成に当たっては、季節感や地域性等を考慮し、品質が良く、幅広い種類の食品を取り入れるように努めること。また、子どもの咀嚼や嚥下機能、食具使用の発達状況等を観察し、その発達を促すことができるよう、食品の種類や調理方法に配慮するとともに、子どもの食に関する嗜好や体験が広がりかつ深まるよう、多様な食品や料理の組み合わせにも配慮すること。また、特に、小規模グループケアやグループホーム化を実施している児童養護施設や乳児院においては留意すること。

【参考】

- ◆ 児童福祉施設における「食事摂取基準」を活用した食事計画について
(令和2年3月31日付け子母発0331第1号)
- ◆ 児童福祉施設等における食事の提供ガイド（令和7年9月こども家庭庁）
- ◆ 保育所におけるアレルギー対応ガイドライン（2019年改訂版）（平成31年4月厚生労働省）
- ◆ 特定教育・保育施設等における「食」のマニュアル（令和3年6月 大阪市こども青少年局保育施策部保育企画課）

【例示】保育所における給与栄養目標量

方法① こどもの人員構成から計算（加重平均給与栄養目標量）

食事摂取基準の各数値をもとに、施設のこどもの年齢・性別の人員構成から給与栄養目標量を計算します。

<例：3歳以上児> とある保育園の3～5歳児の在籍状況

	3歳	4歳	5歳	合計
男児	8	11	11	A 30
女児	7	3	10	B 20

一日の 40% 提供とする

男女で基準値に違いがある栄養素

▶ (男児の基準量×A) + (女児の基準量×B) = ①合計

	男児		女児		①合計
	基準量	人数A	基準量	人数B	
エネルギー (kcal)	1,300	30	1,250	20	64,000
たんぱく質 (g)	42~65		40~62		2,060~3,200
脂質 (g)	28~43		27~41		1,380~2,110
カルシウム (mg)	600		550		29,000
ビタミンA (μgRAE)	450		500		23,500

男女で基準値が同じ栄養素

▶ 基準量×(A+B) = ②合計

※ 1～2歳児については
ビタミンB₂も男女による違いがあります

	基準量	人数A	人数B	人数A+B	②合計
鉄 (mg)	5.5	30	20	50	275
ビタミンB ₁ (mg)	0.70				35
ビタミンB ₂ * (mg)	0.80				40
ビタミンC (mg)	50				2,500
食物繊維 (g)	8以上				400
食塩相当量 (g)	3.5未満				175

①・②合計の数値は子ども全員が必要な一日の栄養量となるため、一人当たりかつ施設で提供する量に計算する

<例>	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	カルシウム (mg)	鉄 (mg)	ビタミン				食物繊維 (g)	食塩相当量 (g)
						A (μgRAE)	B ₁ (mg)	B ₂ (mg)	C (mg)		
給与栄養目標量	512	16~25	11~17	232	2.2	188	0.28	0.32	20	3.2以上	1.4未満

▶ ①・②合計 ÷ (A+B) × 施設として提供する割合 (%)

方法② 個人に必要なエネルギー量から計算

食事摂取基準の他にも、基礎代謝基準値や身体活動レベル、エネルギー蓄積量から、一人ひとりに適したエネルギー量を算出し、その数値から、施設全体の給与栄養目標量を設定する方法もあります。

【例示】保育所における食品構成表

食品構成は使用する食品に偏りが生じないよう、献立を作成するときの目安になります。
(給与栄養目標量を満たすように構成します。)

3-5 歳児の食品構成表

【例示】平成30年～令和2年に大阪市保健所へ提出された保育施設の栄養管理報告書から算出した食品構成表の例 ※ 昼食及びおやつ摂取量

【参考】国民健康・栄養調査食品群別摂取量 (令和5年 1-6歳) ※ 1人1日当たりの摂取量

食品名	重量 (g)	
穀類	72	
いも及び でん粉類	15	
砂糖及び甘味類	4	
豆類	12	
種実類	0.4	
野菜類	緑黄色野菜	32
	その他の野菜	47
果実類	19	
きのこ類	3	
藻類	0.9	
魚介類	12	
肉類	24	
卵類	4	
乳類	108	
油脂類	植物性	1
	動物性	3
菓子類	7	

食品群名	可食量 (g)	
穀類	259	
いも類	37	
砂糖・甘味料類	4	
豆類	29	
種実類	0.5	
野菜類	緑黄色野菜	51
	その他の野菜	83
果実類	77	
きのこ類	5	
藻類	6	
魚介類	26	
肉類	66	
卵類	22	
乳類	191	
油脂類	6	
菓子類	29	

(資料) 特定教育・保育施設等における「食」のマニュアル (令和3年6月 大阪市こども青少年局保育施策部保育企画課)

(4) 学校 (小学校・中学校)

学校給食は、児童及び生徒の心身の健全な発達に資するものであり、かつ、児童及び生徒の食に関する正しい理解と適切な判断力を養う上で重要な役割を果たすものです。

留意事項

▶ 学校給食摂取基準の策定について (報告)

学校給食摂取基準の策定に当たっては、厚生労働省が定めた食事摂取基準を参考とし、その考え方を踏まえるとともに、食事状況調査の調査結果を踏まえ、児童生徒の健康の増進及び食育の推進を図るために望ましい栄養量を算出することとした。

各栄養素等の基準値の設定

項目	内容
エネルギー	学校保健統計調査の平均身長から求めた標準体重と食事摂取基準で用いている身体活動レベルのレベルⅡ（ふつう）により算出した1日の必要量の3分の1
たんぱく質	学校給食による摂取エネルギー全体の13-20%エネルギー
脂質	学校給食による摂取エネルギー全体の20-30%エネルギー
ナトリウム（食塩相当量）	食事摂取基準の目標量の3分の1未満
カルシウム	食事摂取基準の推奨量の50%
マグネシウム	小学生以下については、食事摂取基準の推奨量の3分の1程度 中学生以上については40%
鉄	食事摂取基準の推奨量の40%程度
亜鉛	食事摂取基準の推奨量の3分の1が学校給食において配慮すべき値
ビタミンA	食事摂取基準の推奨量の40%
ビタミンB ₁	食事摂取基準の推奨量の40%
ビタミンB ₂	食事摂取基準の推奨量の40%
ビタミンC	食事摂取基準の推奨量の3分の1
食物繊維	食事摂取基準の目標量の40%以上

（資料） 学校給食摂取基準の策定について（報告）

児童又は生徒一人一回当たりの学校給食摂取基準

区分	基準値			
	児童（6-7歳） の場合	児童（8-9歳） の場合	児童（10-11歳） の場合	生徒（12-14歳） の場合
エネルギー（kcal）	530	650	780	830
たんぱく質（%）	学校給食による摂取エネルギー全体の13-20%			
脂質（%）	学校給食による摂取エネルギー全体の20-30%			
ナトリウム （食塩相当量）（g）	1.5未満	2未満	2未満	2.5未満
カルシウム（mg）	290	350	360	450
マグネシウム（mg）	40	50	70	120
鉄（mg）	2	3	3.5	4.5
ビタミンA（μgRAE）	160	200	240	300
ビタミンB ₁ （mg）	0.3	0.4	0.5	0.5
ビタミンB ₂ （mg）	0.4	0.4	0.5	0.6
ビタミンC（mg）	20	25	30	35
食物繊維（g）	4以上	4.5以上	5以上	7以上

（注） 1 表に掲げるもののほか、次に掲げるものについても示した摂取について配慮すること。

亜鉛……児童（6-7歳） 2mg 児童（8-9歳） 2mg
児童（10-11歳） 2mg 生徒（12-14歳） 3mg

2 この摂取基準は、全国的な平均値を示したものであるから、適用に当たっては、個々の健康及び生活活動等の実態並びに地域の実情等に十分配慮し、弾力的に運用すること。

3 献立の作成に当たっては、多様な食品を適切に組み合わせるよう配慮すること。

（資料） 学校給食実施基準

【参考】

- ◆ 学校給食法（昭和29年法律第160号）
- ◆ 学校給食実施基準の一部改正について（通知）
（令和3年2月12日付け2文科初第1684号）
- ◆ 学校給食実施基準（平成21年文科省告示第61号）
- ◆ 学校給食摂取基準の策定について（報告）
（令和2年12月学校給食における児童生徒の食事摂取基準策定に関する調査研究協力者会議）

【参考】日本食品標準成分表の改訂について（概要）

日本食品標準成分表は、日常的に摂取する食品の標準的な成分値を示す唯一の公的データ集として、昭和25年以来、時々の食の状況や栄養学の知見の変化等に合わせ改訂されています。

最近では、給食事業等のほか、栄養成分表示をする事業者や個人の食事管理におけるニーズの高まりに応えるため、文部科学省科学技術・学術審議会資源調査分科会の下に食品成分委員会が設置され、継続的に検討が進められています。

令和2年には、調理済み食品の情報の充実、エネルギー計算方法の変更を含む5年ぶりの全面改訂が行われ、次の各成分表が公表されました。

- ・日本食品標準成分表2020年版（八訂）
- ・日本食品標準成分表2020年版（八訂）アミノ酸成分表編
- ・日本食品標準成分表2020年版（八訂）脂肪酸成分表編
- ・日本食品標準成分表2020年版（八訂）炭水化物成分表編

次の項目に対応

- (1) 個人の食生活や施設給食の変化から需要が増大している、冷凍、チルド、レトルトの状態に流通する食品（惣菜、Ready to Eat など）について、「調理済み流通食品」の食品群を設け、大手事業者の原材料配合割合から算出した成分値を収載するとともに、素材からの重量や成分の変化についての情報を収載
- (2) 糖質やエネルギー（カロリー）による食事管理に対応するため、従来の炭水化物を「利用可能炭水化物（でん粉と単糖・二糖類）」と「食物繊維・糖アルコール」に分けるとともに、成分表2010から蓄積を図ってきた、アミノ酸、脂肪酸組成とともに、利用可能炭水化物、食物繊維等の成分値に基づくエネルギー計算を行い、食品のエネルギー値の確からしさを向上
- (3) 2016（平成28）年以降取り組んできた毎年の「追補」による原材料的食品等の成分値変更について、成分値を計算で求める他の収載食品に反映させ、全体の整合を図る

（資料） 令和2年12月 科学技術・学術政策局政策課資源室 文部科学省報道発表（令和2年12月25日）別添抜粋

なお、令和5年に日本食品標準成分表2020年版の更新版として日本食品標準成分表（八訂）増補2023年が公表され、別冊のアミノ酸成分表編、脂肪酸成分表編及び炭水化物成分表編の3冊も更新されています。